

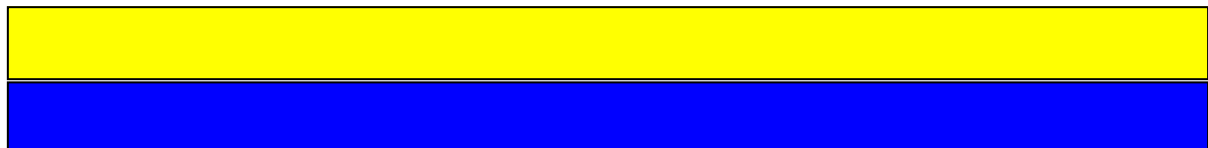
WWW.randovelo.org

RANDO-VELO asbl

Rue Antoine André, 62 --- 1300 LIMAL (B)



RV-INFOS n° 7 -- Octobre 2010



<u>LE CONSEIL D'ADMINISTRATION</u>	<u>Extraits de nos statuts</u>
<p>Rando-Vélo asbl www.randovelo.org</p> <p><u>Président</u> : Guy Hochart info@randovelo.org guy.hochart@brutele.be</p> <p><u>Secrétariat</u> : Marc Vangénéberg technique@randovelo.org marcvangénéberg@hotmail.com</p> <p><u>Trésorerie</u> : Micheline Schillings tresorier@randovelo.org mitchoufleur@gmail.com</p> <p><u>Responsable Bruxelles</u> : Bernard Fripiat bernardfripiat@hotmail.com</p> <p><u>Responsable Brabant Wallon</u> : Albert Mahieu mahieualbert@hotmail.com</p> <p><u>Responsable Hainaut</u> : Marcel Windal marcel.windal@skynet.be</p> <p><u>Responsable Liège</u> : Eric Villers eric.villers@calidifontain.be</p> <p><u>Responsable Namur</u> : Marc Vangénéberg marcvangénéberg@hotmail.com</p> <p><u>Responsable Luxembourg</u> : Benoît Versmissen familleversmissenb@skynet.be</p> <p><u>Membres du conseil d'administration</u></p> <p>Bernard Raulier Bernard.Raulier@skynet.be</p> <p>Ciglia Auguste</p> <p>Tous les membres ci-dessus sauf Benoît Versmissen</p>	<p>ART. 3 : <i>"L'association a pour objet de faire connaître, promouvoir, encourager et faciliter le tourisme cycliste. Elle poursuit la réalisation de son objet social par tous les moyens adéquats, et notamment par</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <i>1) la création et le balisage d'itinéraires touristiques,</i> <i>2) la diffusion de publications périodiques ou monographiques,</i> <i>3) la diffusion de topo-guides,</i> <i>4) l'organisation de réunions, de rassemblements ou d'excursions collectives,</i> <i>5) la protection de la nature et des sites,</i> <i>6) ainsi que la défense de la viabilité de tout chemin, sentier ou passage à usage public, etc."</i>
	<p style="text-align: center;"><u>Dossier du mois</u></p> <p style="text-align: center;">La lutte contre le vol de vélo.</p>
	<p style="text-align: center;"><u>Comment s'affilier à Rando-Vélo ?</u></p> <p>On peut s'affilier à n'importe quel moment de l'année pour l'année en cours, en versant 12,50 euros sur le compte de Rando-Vélo</p> <p>Pour la Belgique : 523-0802792-95</p> <p>Pour l'étranger : Code BIC : TRIOBEBB Code IBAN : BE76 5230 8027 9295 En indiquant « cotisation 2010 »</p> <p>Cette cotisation permet de couvrir les frais de gestion de Rando-Vélo.</p> <p>Libre à chacun d'aider Rando-Vélo par un versement plus élevé. Merci.</p>

RV-INFO N° 7 : Sommaire

- [RV-INFO n°7](#) (20 octobre 2010)

Sommaire	p 3	Pour les accros du Web	p 19
Le mot du président	p 4	Agenda des sorties	p.24
Notre balade du mois d'août	p 5	Réseau points-nœuds en BW	p 24
Notre fête du 10 ^{ème} anniversaire	p 8	Petites annonces	p 25
Dossier du mois :	p 10	Courrier des lecteurs	p 25
la lutte contre le vol de vélo		Réseau Rando-Vélo	p 26
Vélo pêle-mêle : Wallonie	p 14	Dans notre prochain RV-INFOS	p 27
Vélo pêle-mêle : Flandres	p 15		
Vélo pêle-mêle : France	p 16		

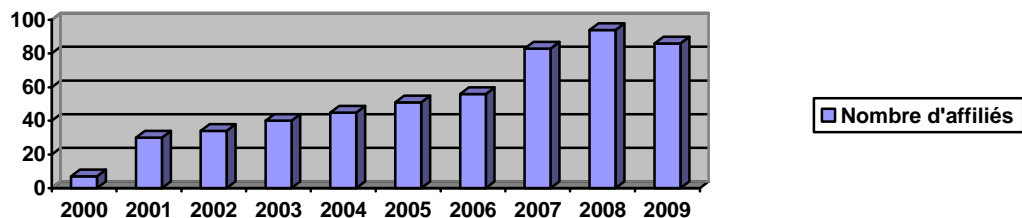
RV-INFOS : Rappel des sommaires précédents

(consultables sur le site de Rando-Vélo)

- [RV-INFO n°6](#) (8 juin 2009)
 - Deux mots du Président
 - Photos de Bretagne (Philippe Heureux)
 - Balade vélo entre Wavre et Leuven par les petits chemins, par Emmanuel
 - Vélo Pêle-Mêle
 - Un message de l'ADAV, Lille
 - Voies Vertes en France sur les cartes Michelin
 - Vers un deuxième réseau "points- noeuds" en Wallonie (Liège, Eric Villers)
 - Hébergement "jeunes" au Centre Sportif de la Forêt de Soignes à Auderghem (RV10)
- [RV-INFO n°5](#) (24 Février 2009)
 - Deux mots du président
 - Présentation de la balade du 5 avril 2009 : Lille-Tournai-Lille par l'ADAV-Lille
 - Récit d'un voyage en Bretagne par Philippe Heureux
 - Vélo Pêle-Mêle
- [RV-INFO n°4](#) (29 Décembre 2008)
 - Deux mots du président
 - Présentation de la balade des 1, 2 et 3 mai 2009 : Beauraing-Bruxelles
 - Présentation de la balade des 13 au 18 août 2009 : Sud des Pays-Bas
 - Vélo Pêle-Mêle
- [RV-INFO n°3](#) (14 novembre 2008)
 - Deux mots du président
 - Enquête sur le topo-guide idéal
 - Description du RV 4 par Eric Villers
 - Belgique – Barcelone par Martine et René Decrème
 - Technique : le gonflage des pneus
- [RV-INFO n°2](#) (28 janvier 2008)
 - Deux mots du président
 - Assemblée Générale
 - Balade 2008
 - RV 3 et RV 4
- [RV-INFO n°1](#) (10 janvier 2008)
 - mot du président
 - Randonnée Jodoigne (province de Namur) à Fauvillers (province de Luxembourg) en trois jours (+ photos)

LE MOT DU PRESIDENT.

En 2009, 86 membres ont renouvelé leur cotisation ou ont adhéré à Rando-Vélo.
L'évolution du nombre d'affiliés à Rando-Vélo est représenté par le graphique suivant.



Au 20 octobre 2010, le nombre a atteint le niveau record de **131** membres. (+ 52 %)

Notre site Internet également est une de nos plus belles vitrines. Il est géré par Eric V et Bernard F. Ils méritent toutes nos félicitations et nos encouragements.

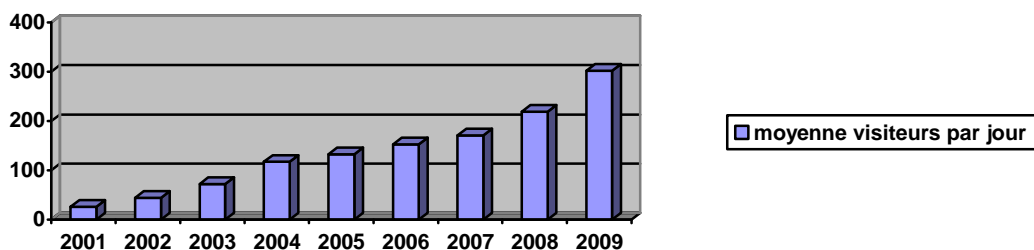
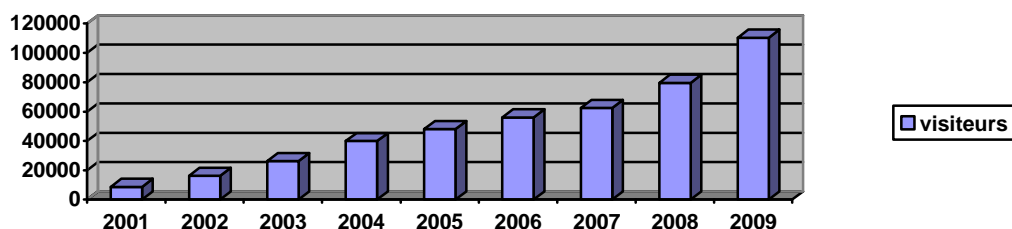
L'extension de notre réseau qui figure sur la dernière page du présent document en est une preuve indéniable. Que dire dès lors de la mise sur Google Map de notre réseau d'itinéraire, fait marquant, historique et unique en Région wallonne.

Notre site www.randovelo.org est d'ailleurs régulièrement visité.

Notre site Internet est né en janvier 2001. De 8.670 visites en 2001 (soit 26 visites en moyenne par jour), nous sommes passés à 110.272 visites. (soit 302 visites par jour)

En 2010 les chiffres ne sont pas connus mais seront très certainement supérieurs encore.

En graphique, cela donne ceci :



Ceci confirme que l'intérêt pour Rando-Vélo est grandissant et est de plus en plus apprécié.

Guy HOCHART,
Président de Rando-Vélo.

NOTRE BALADE du mois d'AOUT sur la COTE D'OPALE

Compte-rendu de Marc Vangénéberg. (groupe 2)

Je prends le temps d'essayer de résumer ce que j'ai entendu comme réflexions et commentaires dans le deuxième groupe de la balade d'août 2010.

Je mets en italiques les paroles entendues ou écrites.

Eric et Marcel ont pris la tête du groupe, moi-même jouant le rôle de vélo-balai et fermant le groupe. Marcel a tenu le budget et l'administratif.

PARCOURS.

- « *Beauté des paysages, parcours varié et agréable.* » Les cartes très bien préparées et à une bonne échelle avec les repères nécessaires. Merci Vincent.

Je ne peux imaginer le temps de préparation et de repérage.

Amélioration possible : ne pas placer les cartes à la suite dos à dos permet d'en visionner plusieurs à la suite pour un porte-carte permettant cela. (Le mien permet d'en placer trois à la suite.)

- La limite est maximale. 70 kms annoncés à allure modérée pour 90 kms trop rapide.

« *Dur parfois, long, rapide, difficile...* »

- Tous sont arrivés à bon port. Merci à Eric et Marcel.

- Attention au rythme. « *Merci pour les poussettes...* »

- Un tiers environ des participants ont eu des difficultés à suivre pour différentes

raisons :

- vent de face pendant 4-5 jours. (se renseigner à l'avance)

- longueur des étapes. (70 à 90 kms)

- longueur du voyage. (7 jours au lieu de 5-6 auparavant)

- absence d'un jour plus court (30-40 kms) (repos, visites)

TIMING JOURNALIER.

- Volonté d'un arrêt (collations, boissons, toilettes) le matin et l'après-midi.

- Certaines organisations cyclistes préconisent ceci :

9.00 départ du groupe on roule 2 heures

11.00 arrêt du matin 30 minutes ensuite on roule 1 heure 1/2

13.00 arrêt de midi 60 minutes ensuite on roule 2 heures

16.00 arrêt de l'après-midi 30 minutes ensuite on roule 1 heure 1/2

18.00 arrivée du groupe, installation et douches

19.30 apéro et repas du soir

Des 7 heures de route, on doit encore retirer environ une heure pour les visites, les photos, les exposés ou ... les pannes. Ce qui permet aussi le repos ... en haut des côtes. Il reste 6 heures où l'on roule à du 10 ou 12 de moyenne permet de se déplacer de 60 à 72 kms cool. (Note : les cyclos roulent à du 20-25 et se déplacent de 120 à 150 kms chaque jour mais le timing reste le même.)

LOGEMENTS.

- *Vue sur mer en prime, cadre joli ...*

- La variété des chambres (à 6 ou aussi à 2) a permis l'intimité comme la cohésion dans le groupe. (rencontres et connaissances des autres)

- Ok partout sauf à Dunkerque et bien que le cadre était plaisant, à St-Pol sur Ternoise, la limite sanitaire. (WC et douche dans le même lieu et pour 6-8 personnes)

- CAMPING : un seul mordu de camping dans notre groupe. Bravo Eric. Je pense que le camping devrait être proposé uniquement sur base volontaire.

REPAS ET NOURRITURE.

- Les pique-niques la plupart sur l'herbe sont *variés, délicieux, copieux, et pour tous les goûts.*

- Les petits déjeuners sont suffisants (sauf limités à Dunkerque) et variés.

- Les repas du soir sont corrects, variés, équilibrés (jamais de frites) et suffisants. (Bien sûr les 2 restos sont d'un niveau de meilleure qualité.)

AMBIANCE ET ANIMATION.

- Bonne ambiance générale dans le groupe.
- Organisation impeccable et bien préparée : cela se sent...
- Ambiance excellente.
- Encadrement professionnel et humain.
- Chacun a apporté du positif.
- Equipe parfaite, équipe magique.
- Nouvelle aventure humaine.
- Un peu plus de débriefing le soir ou le matin.
- L'aspect touristique a été écarté sur le terrain (visites) :
Exemples : montée en vélo au parking du cap gris nez sans y monter à pied.
Passage à Bourbourg sans aller voir le ' Cœur de lumière '
Visite de Calais, Boulogne (Nausicaa), Montreuil, Hesdin (nous avons reçu une proposition de visite gratuite du Château...)
Une journée plus courte aurait permis au moins une visite.

POUR INFO : LES PANNES.

- 2 porte-bagages cassés, 1 remplacé puis de nouveau cassé.
- Plusieurs déraillements de chaînes. 1 fois bien coincée. (Plusieurs minutes)
- Quelques pieds de vélo dévissés.
- Quelques freins qui frottent.
- 1 câble de frein déchaussé de ses attaches.
- Nombreux décrochages de fontes.
- MAIS PAS de crevaisons !!!

Quelques échanges de mails donnent vie à cette randonnée

1 ... mais aussi Marcel, Eric et Marc super merci pour nous avoir amené à bon port du début à la fin. Merci pour la bonne ambiance dans le groupe, les piqueniques sur l'herbe, le beau temps avec nous et quelques coup de soleil pour certains. Cela restera un excellent souvenir, je l'espère pour tous, chacun avec son caractère, sa personnalité.
Je vous souhaite une bonne rentrée et en espérant aussi vous revoir on ne sait jamais à l'occasion d'autres ballades dans notre beau pays de cocagne appelé Belgique .

2 D'abord, Lou, merci pour les photos. Je garde un excellent souvenir de cette randonnée : l'organisation impeccable, la gentillesse de tout le monde, et j'en passe. Je suis également contente d'être arrivée à suivre le rythme et remercie René pour les petites "poussettes" dans les moments délicats. Si une autre randonnée est organisée, je serai très heureuse d'y participer (pas celle du 5 septembre, je m'en vais au Québec lundi prochain pour fêter ma retraite). Bon courage à tous ceux qui ont repris le travail.

3 Mille mercis à tous et toutes du groupe 2 mais aussi aux organisateurs , Micheline et Vincent, qui nous ont organisé cette magnifique semaine vélo... Un merci tout spécial bien sûr à Marcel, Eric et Marc pour l'encadrement à la fois professionnel et tellement humain...
Ce fut parfois dur mais le groupe était tellement porteur.... que les difficultés s'en trouvaient vite sublimées (est ce exagéré?).....
J'ai, avec vous, re-découvert une région que j'ai parcourue à vélo à 18 ans et quel coup de jeune, de pouvoir le refaire une fois retraitée. Merci pour cette confirmation de ma bonne forme....
Je vous embrasse tous et toutes et...à l'année prochaine

4 Marc et moi sommes ravis d'avoir fait cette belle randonnée avec vous tous. L'ambiance était excellente et chacun y a apporté quelque chose de positif!
C'était parfois un peu long, rapide ou difficile pour moi mais vos encouragements et votre aide m'ont permis d'y arriver tout de même.
Nous vous souhaitons une bonne fin de vacances ou une bonne reprise au boulot!
Au plaisir de vous retrouver...

La "ramassette "et son "petit balai" Geneviève et Marc

5 A mon tour maintenant,
Il va de soi que tout a déjà été dit et étant une des dernière à écrire que dire encore !
Une rando superbe, tant en beauté des paysages (mais ça je le savais avant de commencer), qu'en beauté du genre humain.
Je pense l'avoir déjà dit à certain c'est ma plus belle rando-vélo ...ca veut tout dire.
Je remercie vraiment "Marcel, Eric et Marc" le trio de choc" car ils ont formé une équipe parfaite une équipe magique.
Ce fut un vrai plaisir de se laisser guider dans la bonne humeur car j'imagine bien le poids de la responsabilité et du stress que cela peut engendrer. Cela ne doit pas toujours être évident.
Je remercie bien sur le groupe pour l'énergie et la gaieté qu'il a dégagé et dont j'ai vraiment bien profité. Ce sera vraiment des vacances que je n'oublierai pas et tout cela grâce à vous tous.
Je clôture là car ce ne sera que des redites et espère bien une prochaine rando vélo aussi riche.

6 Beaucoup de positif !
Pas de crevaisons ? J'ai du mal à le croire !
Bien que je n'y ai pas participé, je me rends compte malgré tout de tout le boulot qu'il y a là derrière et je dis donc : chapeau à vous !

Bernard Fripiat

7 Bonjour à tous et toutes,
comme je ne suis pas très branchée "ordi", j'ai tardé à vous dire combien j'ai apprécié votre compagnie durant cette escapade en vélo, bien profité des paysages et des commentaires de chacun.
Je me suis laissée guider, bravo Marcel, Eric et Marc, et maintenant, j'ai le plaisir d'admirer les photos prises par certains d'entre vous.
Vraiment, ce fut une très belle semaine, et je n'ai que de bons souvenirs.
Amitiés

8 Je fais partie de ceux qui ont apprécié cette rando, pour ses paysages, le confort des logements, et aussi la superbe ambiance du groupe que nous formions, la belle tolérance et l'absence de grincheux !... et puis nos guides responsables Marcel, Eric et Marc, et puis nos signaleurs, acheteurs, dépanneurs, marcheurs, chanteurs, farceurs, conteurs, entraîneurs et pousseurs improvisés !
(Remarque : le mot buveur ne s'y trouve pas ! pas le temps...!)
A bientôt en novembre,

Petit concours. (réponse à marcvangeneberg@hotmail.com)
Retrouvez qui a écrit ces différents mails. (1 à 8)

NOTRE FETE DU 10^{ème} ANNIVERSAIRE de RANDO-VELO
le 26 septembre 2010 à la Vélobrabançonne à JODOIGNE

Dimanche matin, dur de se lever avec un temps à ne pas mettre son vélo dehors ! Pourtant je reste persuadé que le beau temps nous accompagnera tout à l'heure. Direction Jodoigne en co-voiturage pour préserver la planète et apporter le matériel. Geneviève me rejoindra dans la matinée. Je pars confiant. Installation aisée, une tonnelle (sous eau) nous tend les bras. La pluie a cessé en venant sur la route. Derniers préparatifs sous quelques rayons de soleil. Arrivée des premiers cyclistes dans la matinée. Départs enthousiastes. Malheureusement retour de ceux-ci sous la pluie qui s'installe définitivement. Départ du groupe de Rando-Vélo à 14 h 00. Retrouvailles chaleureuses pour certains membres, accueil de nouveaux membres par les autres. Parcours réalisé sous la bonne humeur et l'entraide générale, rencontre de personnes et de lieux inattendus, sous la direction d'un guide surprise. Retour au stand accompagné du soleil et dégustation du gâteau du

10^{ème} ANNIVERSAIRE de RANDO-VELO

tous ensemble dans une réelle ambiance festive et agréable tout en procédant au tirage de la tombola organisée à l'occasion de la Vélobrabançonne.

Je réalise à ce moment que le soleil tant attendu est en fait caché dans le cœur de toutes ces personnes chaleureuses et contentes d'être ensemble dans un but commun autour d'une table et cyclistement réunies. Merci à tous, Marc V

A mon lever en ce lundi 27 septembre bien ensoleillé, je pense à vous et au courage que vous avez témoigné pour venir à Jodoigne hier par ce temps de canard et honorer les couleurs de Rando-Vélo.

Merci à vous tous de votre bon cœur, seul soleil de la journée. Merci surtout à Marc pour l'organisation, les initiatives ... C'était parfait mais au stand de Rando-Vélo, les pieds dans l'eau !

A mon grand regret je serai absent à une fête organisée par Rando-Vélo mais il m'est impossible d'être à deux endroits en même temps ...et je ne peux revenir sur une promesse faite antérieurement. Je vous souhaite beaucoup de monde à votre stand et une météo encourageante.

Pour dimanche, la météo annonce frais, entre 9 et 13°, et de légères pluies. J'espère que cela ne refroidira pas les amateurs de vélo.

Cette journée fut un pur plaisir ! Quelques photos ont été faites, je me demandais si elles seront mises en ligne? **Bien sûr voir le site www.randovelo.org**

Au plaisir de vous revoir lors d'une prochaine sortie... :-)

DOSSIER DU MOIS : LA LUTTE CONTRE LE VOL DE VELO

QUEL CADENAS UTILISER CONTRE LE VOL ?

Vous trouverez une pléthore de cadenas dans les commerces, mais lesquels protégeront efficacement votre vélo quand Arsène lupin le convoitera ?

Lorsqu'on achète un vélo, on a envie de le garder un certain temps. Il est donc essentiel, si on le laisse dans un endroit sans surveillance, de bien le protéger avec un cadenas solide et fixé convenablement.

Si vous êtes prévoyant et contractez une assurance contre le vol de vélo, sachez que les compagnies exigent l'utilisation d'un bon cadenas, dont elles possèdent une liste à vous fournir.

PLUSIEURS TYPES

Il existe 5 grands types de cadenas :



- **Câbles** (de 2 à 20 Euros, tous aussi vulnérables !) : évitez de préférence tous les antivols de type câble, qu'ils soient en spirale ou non, de petit ou gros diamètre : un outillage de poche (pince bien affûtée) suffit en effet à en venir à bout en quelques secondes ! Ne vous fiez pas à l'indice de résistance donné sur ces modèles, il ne tient pas compte des conditions réelles de la rue.



- **Boas (ou python)** : évitez également les "boas". Un boa est constitué d'un faible câble protégé par une enveloppe d'anneaux. Ils paraissent robustes, mais ils sont très vulnérables. Ils sont en plus difficiles à ranger.



- **Chaînes** : les couper nécessite un outillage moyennement lourd. De bonne longueur, elles permettent d'attacher le vélo et la roue avant à n'importe quel poteau. Les chaînes en acier renforcé sont aussi résistantes qu'un bon "U".



- **Cadenas en "U"** : le plus résistant ; seuls les voleurs très motivés s'y attaquent. Achetez-les munis d'un support de rangement au cadre, très pratique et qui permet d'éviter les oublis... Evitez les cadenas avec des clés cylindriques, pour lesquelles il existe des clés "universelles". Le Kryptonite s'ouvre avec un simple bic. Un bon cadenas en U pèse environ 1 kg.



- Les **cadenas à glissière**, du type "hollandais", sont fixés sur le vélo et se glissent dans la roue arrière. Ils constituent un bon complément à votre cadenas mais servent aussi pour aller déposer rapidement un petit colis ou acheter son journal. Ne laissez pas votre vélo plus de quelques minutes avec uniquement ce système. On peut les installer sur la plupart des vélos standards, s'ils ne le sont pas de série.

(Dossier entièrement repris du site de PRO-VELO. : www.provelo.org)

COMMENT CHOISIR ?

Même si l'investissement peut vous rebuter (plus de 30 euros), il est très rentable d'utiliser un antivol qui résiste plus de 10 minutes à un effraction, car les voleurs de vélos, la plupart "amateurs", sont en général vite découragés par un antivol résistant.



Aux Pays-Bas, la Fondation ART (www.stichtingart.nl) teste la résistance des cadenas aux techniques de vol connues et décerne un label de qualité à ceux qui satisfont au test. Les cadenas sont classés en 4 catégories.

En Belgique, le Secrétariat Permanent à la Prévention (SPP) se base sur le test hollandais.

D'autres pays du nord de l'Europe effectuent aussi des tests. On trouve en général les logos de ces différents tests sur les boîtes des cadenas.

Certaines marques donnent une note générale de sécurité et des sous-notes suivant le type d'agression. ABUS, notamment, renseigne ses clients sur les résultats des différents tests.

Afin de vous faire une idée, le tableau ci-dessous vous indique **la durée moyenne de résistance des antivol pour vélo, en secondes** :

Type d'agression	câble, spirale	Boas (ou python)	Chaînes "brico"	Chaînes en acier renforcé	Cadenas en "U"
Pince coupante de poche	2-6	6-12	Résiste	Résiste	Résiste
Scie à métaux	15	30	120	Entre 120 et 900	Entre 120 et 900
Coupe-boulon / Pince-monseigneur	2	6	30	Résiste	Résiste
Meuleuse / Disqueuse	5	12	20	Entre 20 et 60	Entre 20 et 60

Conclusion : Le cadenas en "U" est le meilleur antivol !

Les cadenas en "U" existent en général en deux longueurs (230 et 300 cm) pour convenir à tous les vélos. Il faut un U **plus long** en général **pour les cadres dames** et les vélos avec **fourche télescopique**. Combiné à un cadenas "minute" sur la roue arrière, ils offrent un excellent compromis entre poids, facilité de fixer le cadenas sur le vélo et résistance aux agressions (cadenassage des deux roues).

Pour une plus grande facilité/polyvalence de fixation, mais un poids supérieur, vient ensuite la chaîne en acier renforcé (3 kg environ !). Elle se range soit dans une sacoche de vélo, un sac à dos, soit autour du guidon du vélo, ce qui n'est pas toujours très confortable.

(Dossier entièrement repris du site de PRO-VELO. : www.provelo.org)

Ci-dessous, trois exemples de bons cadenas avec les explications

<p>Cadenas en U</p> 	 <p>ABUS Varedo 47 Deux longueurs : 230 mm (996 kg) et 300 mm (1,191 kg). La grande taille est conseillée pour les vélos de dame et les vélos avec fourche avec amortisseur. Prix : 41 € chez Pro Velo (44 € pour la version 300 mm) Tient bien en main, mais nécessite une bonne pratique pour arriver à cadenasser la roue et le cadre ensemble à un point fixe. Le cadenas est vendu avec une attache pour fixer celui-ci sur le cadre du vélo à différents endroits possibles. Il existe des modèles plus performants comme les cadenas Granit et d'autres types d'attache pour cadenas, mais le Verado a déjà un très bon rapport qualité/prix</p>
<p>Chaîne pour enfant</p> 	<p>ABUS Playmobil - My first ABUS 1510/60 Pour les enfants uniquement et pour une protection avec risque faible de vol (300 gr) - Prix : +/- 20 €</p>  <p>Ergonomique et facile à transporter dans le cartable Une chaîne de bonne sécurité pèse entre 2,3 kg et 4 kg selon la longueur de la chaîne. Ex. Voir modèle Granit CityChain X-Plus 1060</p>
<p>Cadenas Minute (Antivol de cadre)</p> 	<p>ABUS Amparo 495 Frame Lock Cadenas pour bloquer la roue arrière. A utiliser avec un bon cadenas en U. Utile pour les courts arrêts (490 gr).</p>  <p>Prix : +/- 15 € Il existe aussi des modèles plus costaux, avec puce, mais plus lourds (plus de 700 gr). Voir chez AXA ou Trellock et des modèles avec une barre à cliquer (info). Ces modèles peuvent être utilisés pour bloquer la roue avant. Une seule clé permet de cadenasser les deux cadenas. Il y a plusieurs possibilités de fixer ce type de cadenas sur le cadre. Il existe maintenant aussi des cadenas intégrés dans le V-Brake ! Voir aussi le système Pitlock ou Oredon qui permettent de boulonner les roues et la selle avec une clé : www.pitlock.com - www.oredon.com</p>

"ON M'A VOLÉ MA SELLE..."

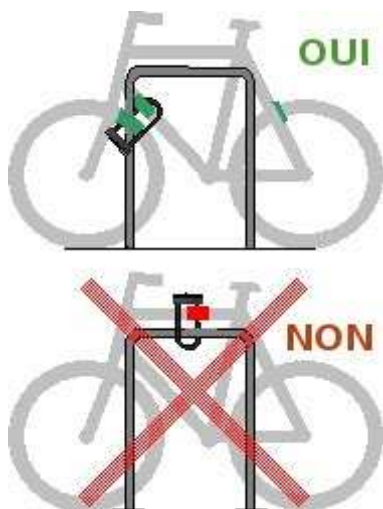
Maintenant que vous avez un bon cadenas, veillez également à limiter les risques pour les pièces amovibles.

Les systèmes "à démontage rapide" facilitent en effet la tâche des voleurs, permettant de démonter rapidement et sans outils les roues et la selle. Pour compliquer la tâche, on peut remplacer ces serrages rapides des roues et de la selle par des boulons (pour rappel, boulon = vis + écrou), ou encore par des systèmes antivols avec clé comme (www.pitlock.com) ou Tranz X (+/- 20 euros).

(Dossier entièrement repris du site de PRO-VELO. : www.provelo.org)

SEPT CONSEILS POUR BIEN ATTACHER SON VELO

Le vol de vélo n'est pas une fatalité. Avec un bon cadenas et en suivant ces conseils, vous pouvez réduire de plus de 90% le risque du vol de votre vélo.



▶ **Toujours attacher le vélo**

- Même pour un arrêt de quelques minutes
- Même dans un endroit réputé sûr ou un lieu clos ou privé où les vols sont fréquents.

▶ **Attacher le vélo à un point fixe solide** (arceau vélo, poteau, grille,...)

- L'antivol ne peut être dégagé du support.
- Le support doit être plus solide que l'antivol.
- Même les lieux clos ou privés doivent être dotés de points fixes.

▶ **Attacher en priorité le cadre du vélo**

- Attachez aussi si possible votre roue avant (voir illustration).
- Les lieux publics ne doivent pas être équipés de râteliers, qui ne permettent pas d'accrocher le cadre, mais de points fixes solides.

▶ **Utiliser un antivol résistant** La meilleure façon de décourager un voleur est d'utiliser un bon antivol. Nous vous conseillons les cadenas en U (voir [Quel cadenas utiliser contre le vol ?](#)).

- Prenez le toujours avec vous (des fixations sont souvent prévues pour votre vélo).
- Préférez les cadenas à clés aux cadenas à code
- Évitez les clés cylindriques (Il existe des passe-partout).

▶ **Éviter que l'antivol ne traîne par terre ou sur un rebord.** Il est beaucoup plus facile de détruire une serrure avec une masse, si l'anti-vol repose sur une surface dure et plate. Orienter le trou de la serrure de l'antivol autant que possible vers le bas. Pour éviter que la pluie n'y pénètre et pour le rendre moins accessible aux voleurs.

▶ **Éviter les lieux déserts et peu visibles.** Il est beaucoup plus facile pour un voleur d'opérer dans un endroit désert ou à un moment favorable. Préférez donc les grandes avenues aux sombres ruelles.

▶ **Ne pas laisser de pièces de valeur facilement détachables**

- Remplacez les attaches rapides de votre roue avant et de votre selle par des écrous.
- Emportez avec vous phares à pile, sacs, compteur, porte-bébé,...

(Dossier entièrement repris du site de PRO-VELO. : www.provelo.org)

EXEMPLES



Bon : Le cadre et la roue avant sont attachés à un support fixe solide avec un bon cadenas.



Mauvais : seul le cadre est attaché avec un cadenas souple à code.

(Dossier entièrement repris du site de PRO-VELO. : www.provelo.org)

VELO PÊLE-MÊLE.

Wallonie

Hainaut.

Un nouveau tronçon de 32 km vient d'être balisé entre les lacs de l'Eau d'Heure et le lac du Val Joly, en France. Cette liaison part des lacs de l'Eau d'Heure et via Froidchapelle et Sivry-Rance, le randonneur atteint le lac du Val-Joly, près d'Eppe-Sauvage, juste de l'autre côté de la frontière. Voir dépliant à la fin de ce Vélo pêle-mêle

Maison du Tourisme de la Botte du Hainaut - rue de Noailles, 6 - 6460 Chimay
+32(0)60/21.98.84 - info@botteduhainaut.com - www.botteduhainaut.com

Namur.

Un parcours vélo de 20 km, reliant deux des plus beaux villages de Wallonie, Falaën et Sosoye en province de Namur, vient d'être créé et peut être téléchargé sur GPS sur le site www.tourismegps.be.

A ne pas rater dans le coin : les Abbayes de Maredous et Maredret, les ruines de Montaigne, les Draisines de la Molinee, le Village Artisanal de Maredret, le Musée des Confrérie à Falaën...

Namur : Hesbaye namuroise

Les communes d'Eghezée, de Fernelmont et de La Bruyère au nord de la province de Namur ont balisé un réseau de circuits à vélo qui compte un peu plus de 130 km de petits chemins agréables sans grand dénivelé. Les parcours d'une trentaine de km en général sont faciles et destinés à un public familial. Ils sont répartis en 5 boucles reliées entre elles. La brochure gratuite vous donnera des renseignements pratiques et touristiques sur cette région hesbignonne. Fédération du Tourisme de la Province de Namur – Avenue Reine Astrid 22 – 5000 Namur – Tél 081 77 67 57 – tourisme@ftpn.be
– Infos: www.paysdesvallees.be

Pour avoir toutes les informations concernant ces circuits (carte, road book, durée, difficulté, informations touristiques et pratiques, séjour en chambres d'hôtes,...) vous téléchargez le dossier «Tout savoir sur... le réseau «La Hesbaye à vélo» ou encore directement sur votre GPS via www.tourismegps.be

RAVeL en Hesbaye

L'ancienne ligne SNCB 147 Landen – Tamines est de plus en plus accessible aux cyclistes et promeneurs. La construction d'une passerelle tant attendue à Orp-le-Petit permettra d'ici peu de rejoindre Jauche en partant de Racour à la frontière linguistique. Les travaux devraient aussi débiter l'an prochain entre Jauche et Ramillies De Ramillies où on croise l'autre branche de la Croix de Hesbaye, soit la liaison Tienen – Namur, on atteindra bientôt Gembloux via Perwez tandis qu'un pré-RAVeL a été inauguré entre Ligny et Sombreffe

Flandre

Anvers

La carte des points-nœuds de la région anversoise vous permettra de découvrir toute la région de la Métropole en combinant sans tracas la culture et l'architecture de ces villes si riches avec une nature encore assez présente malgré l'urbanisation. Outre Anvers, vous découvrirez la petite ville de Lierre, les villages du bord de l'escaut comme Sint-Amands ou Rupelmonde, les parcs et la nature de la région de Brasschaat. Bref, la carte s'étend de la frontière néerlandaise jusqu'à Malines.

Au verso, plein de renseignements et de suggestions utiles.

Prix: 5 euros sur place (Toerisme & Congres, Grote Markt 13 ou à la Gare Centrale, Koningin Astridplein) ou par internet via verzending@tpa.be (en ajoutant les frais d'envoi)

Campine

La Route de la Bruyère ou Heideroute qui date des années 70, vient de subir une cure de rajeunissement, ce qui est une bonne nouvelle pour un parcours très populaire dans un superbe panorama de prés, de landes et de bois. Dans le Centre d'éducation à la nature « De Vroente », vous apprendrez à mieux connaître la faune et la flore locales. L'itinéraire vous amènera notamment à l'Arboretum de Kalmthout, à la ferme napoléonienne de Wuustwezel. La boucle complète de 57 km peut être divisée en deux circuits de 43 et de 39 km.

La brochure peut être achetée dans les offices du tourisme locaux ou via www.antwerpsekempen.be.

Flandre occidentale

□ “Flandriens” est une nouvelle brochure thématique proposant un parcours balisé de 139 km, soit trois circuits de 43, 47 et 49 bornes dans les régions de la Lys et des Ardennes flamandes. 2 circuits démarrent du musée du vélo de Roeselare (Roulers) et le 3^e de Gistel. Ces parcours se basant sur le réseau de points-nœuds ont bien entendu été créés à la gloire de certaines légendes du vélo comme Briek Schotte ou Romain Maes.

□ « Fietsen tussen zoet en zout water » est une autre brochure présentant une randonnée pédestre thématique de 56 km dans les environs de Zeebrugge et Lissewege. A combiner éventuellement avec d'autres randonnées balisées dans cette belle région de Bruges.

Ces deux brochures, hélas uniquement en néerlandais peuvent s'acquérir auprès des Offices du Tourisme ou de Westtoer Koning I-laan 120 – 8200 Sint-Michiels 050 30 55 00 – info@westtoer.be – www.fietsen-wandelen.be. Prix : 3 euros

Limbourg

La province du Limbourg fut la première voici déjà 15 ans, à se doter d'un réseau de points-nœuds, soit à l'heure actuelle, environ 2000 km de pistes cyclables et petites routes balisées. Pour fêter l'événement, différentes activités spéciales sont organisées cette année. Une nouvelle carte de la province à l'échelle 1:65 000 reprend tout le réseau et indique les distances, côtes, bacs, “fietscafés”, etc. Une brochure accompagne la carte avec notamment les références de 147 cafés et 141 logements. Prix: 9,5 €.

Infos: www.toerismelimburg.be

Flandre Occidentale

Le Centre "Tour des Flandres" a demandé à l'IGN de réaliser une carte répertoriant toutes les côtes cyclistes du sud de la Flandre-Occidentale (Ardennes flamandes) avec leur nom et leur surnom, la pente maximale et moyenne, la distance et le revêtement de la route. Un must pour tous les amoureux de la petite reine! Prix : 5 €

Brabant flamand

Le réseau des points-noeuds s'étend maintenant à toute la province. La dernière région à avoir été balisée concerne le Pajottenland et la Vallée de la Senne, donc les communes du Brabant flamand à l'ouest et au sud de Bruxelles. En tout 410 km balisés. En conséquence, toutes les provinces flamandes sont maintenant couvertes par ces "knooppunten". Toerisme Vlaams-Brabant - Provincieplein 1, 3010 Leuven - Tel. 016-26 76 21 - vital.geeraerts@vlaamsbrabant.be - Infos: www.toerismevlaamsbrabant.be

France

Association Française de Développement des Véloroutes et des Voies Vertes

Chez ADAV, 23 rue Gosselet 59000 Lille Tél: 03 20 95 27 45

E-mail : info@af3v.org

Site : www.af3v.org

Voir les lettres électroniques antérieures: www.af3v.org

(rubrique : *Lettre électronique*).

Pour vous abonner à cette lettre électronique :

<http://www.af3v.org/-La-lettre-electronique-.html>

Nord

Gare de Lille-Flandres : un parc vélos de 600 places

À la gare Lille-Flandres, un garage de 600 places pour parquer son vélo sera en fonctionnement à partir du 1er octobre. Selon Vinciane Faber 410 places seront réservées aux abonnés TER, SNCF et Transpole. Temple du stationnement cycliste, la Vélostation de la gare Lille-Flandres sera mise à la disposition des usagers vendredi 2 Octobre. Installé rue de Tournai, ce site géré par la SNCF aura une capacité d'accueil de près de 600 places, et sera entièrement gratuit.

Voir : http://www.lavoixeco.com/actualite/Secteurs_activites/Ferroviaire/2010/09/27/article_a-la-gare-lille-flandres-un-garage-de-60.shtml

France. Loire.

« La Loire à Vélo » traverse les régions centre et Pays de la Loire ainsi que le Parc Naturel Régional « Loire-Anjou-Touraine ». Découvrir les richesses et la diversité de ce patrimoine sublime en longeant un fleuve royal est de plus en plus possible. Aujourd'hui plus de 600 km de l'itinéraire sont aménagés sur les 800 km prévus. Ce parcours s'intègre à l'EuroVélo 6 » qui permettra de relier, à vélo, l'Atlantique à la Mer Noire en longeant les fleuves comme la Loire, le Rhin et le Danube à travers 10 pays sur 3 650 km. La région de Touraine a pour sa part édité 5 brochures-cartes reprenant par tronçons le parcours descendant la Loire depuis Amboise jusqu'à Chinon

A vélo de Londres à Paris.

En 2012, il sera possible de relier les deux capitales à vélo. Cette Voie Verte suivra dans les grandes lignes l'ancienne voie de chemin de fer Paris – Londres de 1860. Partant de Londres, elle franchira les comtés de l'East Sussex et du Kent avant de gagner Newhaven. En France, la piste reprendra en Seine-Maritime avec Dieppe, jusqu'à Gournay-en-Bray. Elle se séparera ensuite en deux branches. La première ralliera Gisors et Cergy-Pontoise La seconde passera par Beauvais. Ces deux parcours permettront de rejoindre Paris Certaines portions sont déjà réalisées.

Infos: www.actu-environnement.com

« Escapades en camping-car France 2010 » : ce Guide Michelin décrit une sélection de Voies Vertes

Dans la nouvelle édition du Guide « Escapades en camping-car en France 2010 », Michelin a introduit la description de 750km de Voies Vertes, en proposant la découverte, à pied, en roller ou en vélo, bien sûr, d'une sélection de Voies Vertes. Ces aménagements sont décrits par des textes attractifs dus au journaliste Michel Bonduelle

Rappel : cette mise en avant des Voies Vertes par Michelin existe aussi pour les cartes routières-Atlas et cartes régionales et départementales- , sur lesquelles Michelin décrit depuis 2006 les « pistes cyclables/voies vertes » grâce à une convention signée avec l'AF3V. Voir présentation ici : <http://www.vvv-sud.org/actualite.php?idinfo=28>
(Source: Lettre d'information électronique de l'AF3V n°42 - 3 Avril 2010)

Jura – Doubs – Belfort.

« En passant par la vallée du Doubs en Franche Comté ». Cette petite brochure vous donne une description succincte du parcours de 187 km menant de Dole à Beaufort en suivant des chemins de halage principalement mais au parcours très sinueux et donc nullement lassant.

Ce trajet fait partie de l'Euro-Vélo 6 qui relie Nantes à Budapest.

La brochure regorge de renseignements utiles.

Si vous comptez séjourner dans le Jura (département 39), demandez aussi une seconde brochure gratuite : Jura 139% vélo

Comité Départemental du Tourisme – 8, rue Louis Rousseau – 39006 Lons-le-Saunier – 03 84 87 08 88 – cdt@jura-tourism-com – www.jura-tourism.com

France : Aquitaine

Une nouvelle édition consacrée au vélo se présente sous la forme d'une carte touristique. Un côté carte pour se repérer, identifier les pistes cyclables, les véloroutes, voies vertes, stations vélo et autres éléments importants. Avec aussi 5 idées originales liées à la petite reine : événement, lieux de pratique, sites insolites... Au verso, toutes les infos pratiques et contacts, des idées de circuits et de séjours clés en mains. A télécharger sur le site ou s'adresser à Comité Régional de Tourisme d'Aquitaine - 23, parvis des Chartrons – Cité mondiale – 33074 Bordeaux - +33 (0)5 56 01 70 00 – tourisme@tourisme-aquitaine.fr - www.tourisme-aquitaine.fr

Saône-et-Loire (Bourgogne du Sud.)

Un dépliant très détaillé vous donne tous les renseignements utiles pour une découverte à vélo de ce département du sud de Bourgogne. Vous pourrez notamment pédaler de Chagny à Mâcon. Outre la Voie Verte, une vingtaine de boucles s'en éloignent et vous font découvrir un beau pays.

Comité Départemental du Tourisme de Saône - et - Loire – Maison de la Saône-et-Loire, 389 av. de Lattre de Tassigny – 71000 Mâcon – 03 85 21 02 20 –

info@bourgognedusud.com – www.bourgognedusud.com

Alpes de Haute-Provence.

Les sportifs se régaleront à la vue de la carte reprenant divers parcours cyclables balisés dans ce beau département à la limite des Alpes et de la Provence. Ces 15 itinéraires d'une longueur variant entre 25 et 124 km sont classés en 3 catégories : facile, moyen et difficile.

Agence de Développement Touristique des Alpes de Haute-Provence – Immeuble François Mitterand – BP 170 – 04005 Digne-les-Bains – Tél 04 92 31 57 29 –

info@alpes-haute-provence.com – www.alpes-haute-provence.com –

France : département des Ardennes

La Voie Verte Trans-Ardennes inaugurée (83km)

Cette Voie Verte, quasi parallèle au RV2 (tronçon Beauraing-Bouillon), permet de relier Givet à Charleville-Mézières, soit 83,5 km ! C'est le prolongement de notre RAVeL 2, qui permet ainsi de relier, par voie cyclable, Namur à Charleville-Mézières, en passant par Dinant et Givet. Voici la carte : [cliquez](#) ...et voici ce qu'en dit AF3V : "*Le Conseil Général des Ardennes a aménagé depuis 2002 une Voie Verte de 83km dans la vallée de la Meuse, entre Charleville-Mézières et Givet (frontière belge). Cette magnifique Voie Verte a été inaugurée le 7 Juin 2008. Le revêtement, en enrobé lisse, est bon pour les rollers. L'itinéraire, bien jalonné, offre des aires de pique-nique, mais pas de points d'eau et toilettes. Située dans une vallée sauvage et encaissée, cette Voie Verte est agréable et très utile pour les déplacements et les loisirs locaux, et pour les randonnées internationales car elle permet la connection avec le réseau belge RAVEL (voies vertes). A noter qu'il manque au nord la liaison avec la Belgique (3km), et au sud la liaison avec Charleville-Mézières centre (1,5km). Voir la [fiche descriptive](#) sur le site de l'AF3V."*

Vosges

Entourée de montagnes et d'air pur, la Voie Verte des Hautes Vosges est aménagée sur 55 km des anciennes voies ferrées des vallées Moselle et Moselotte, entre les villes de Remiremont, Cornimont et Bussang. De nombreux itinéraires pédestres ou cycliste balisés notamment par le Club Vosgien sont accessibles à partir de cette Voie Verte.

Renseignements : info@lavoieverte.com et

lavoieverte.hautvosges@wanadoo.fr

Remerciements à Jean-Claude Hallet pour toutes les informations « Vélo Pêle-Mêle »

Informations diverses et liste d'adresses Internet.

Le topo-guide du RV 3 est sorti de presse en ce début juin 2010 au prix de 15 euros. Commandez-le sur le site : www.randovelo.org

Si vous parcourez le RV1 ou le RAVeL à Thuillies(à qq km de Thuin) et que vous cherchez une prairie le long du RV1 / RAVeL pour bivouaquer, contactez-moi : francois@le-randonneur.be

Par hasard j'ai trouvé toutes les LFs en ligne ! C'est ici :

<http://www.routeyou.com/user/view/13737/toerisme-vlaanderen-tvl-grote-routepaden-gr.nl>

Par contre, j'y pense, en Flandre il y a les "knooppunt" et on peut se faire son itinéraire en ligne soi-même : <http://www.fietsnet.be/routeplanner/default.aspx>

Revenir de Lille à Tournai ? France – Belgique ?

"De Lille à Tournai il y a une piste cyclable" le long de la nationale 7 (d941 en FR). Elle est « raisonnablement » aménagée sur les 25 km, et pas entièrement désagréable et c'est tout droit Alternative : le nouveau tronçon (attention pas encore balisé) RV6, fruit d'une collaboration entre L'ADAV et Rando-Vélo. <http://www.randovelo.org/fr/verv6.php>

sur le site : www.fietsroute.org. Vous y trouverez un large écho à Rando-Vélo.

Vous trouverez donc la présentation directement à : <http://nieuws.fietsroute.org/>

De la lecture... l'embaras du choix !

<http://biblio-cyclesdephilippeorgebin.hautetfort.com/>

Maison du Tourisme de la Botte du Hainaut -- rue de Noailles, 6 ---6460 Chimay ---+32(0)60/21.98.84

info@botteduhainaut.com www.botteduhainaut.com

"<http://www.parisbiketour.net>">Visite guidée de Paris à vélo

Paris Bike Tour propose des visites guidées de Paris à vélo. Différents circuits originaux sont proposés. Autres services, location de vélos, visites pédestres, visite de musées...

Pour un voyage organisé pour cyclistes en Italie : 9 jours pour 350 euros environ

www.e-skytour.eu

Pour les personnes intéressées, j'ai un dossier de 19 pages sur la proposition de cette année 2010.

Sur demande je vous l'envoie par mail : marcvangeneberg@hotmail.com

"Liaisons - Variantes", boucle RAVeL pour éviter le Lac de la Plate Taille...

une variante à publier et qui l'est déjà sur le site :

<http://www.randovelo.org/fr/verv1.php>

Logements bon marché

La Gilbert'list la plus récente est accessible sur le site de Rando-Vélo. www.randovelo.org

D'autres sites : www.laj.be . = les auberges de jeunesse comme lieu de location.

Correspondant flamand : www.vjh.be Au Grand-Duché de Luxembourg : www.youthhostels.lu

International : www.hihostels.com et aussi en Flandres et Pays-Bas : trekkershutten@tpa.be ou www.vlaanderen-vakantieland.be/trekkershutten

« vrienden op de fiets » aux Pays-Bas propose des logements chez les particuliers à 18,50 euros max.

Petit déjeuner compris voir sur le site www.randovelo.org /section liens.

De Paris à Londres : <http://jepedale.com/2009/10/10/lavenue-verte-paris-londres/>

Email: georgesmichaux20@yahoo.fr

notre site internet : www.provencevents.be

" Ensemble découvrons et goûtons la vraie Provence "

Pour découvrir l'ensemble des merveilleux sites de la région PACA (Provence-Alpes-Cote d'Azur).

Des circuits en bord de mer, la splendeur des calanques, les routes vallonnées des collines Provençales et , pour les plus endurants, découvrir le spectacle lunaire au sommet du Mont Ventoux

Association Française de Développement des Véloroutes et des Voies Vertes

Chez ADAV, 23 rue Gosselet 59000 Lille Tél: 03 20 95 27 45

E-mail : info@af3v.org Site : www.af3v.org

Voir site AF3V : <http://www.af3v.org/Le-nouveau-Schema-National-des-VVV.html>

Voir les lettres électroniques antérieures: www.af3v.org (rubrique : Lettre électronique).

Vous abonner à cette lettre électronique : <http://www.af3v.org/-La-lettre-electronique-.html>

Vacances à vélo- Guide pratique de cyclotourisme

Par I. Lesens et A. David

Isabelle Lesens et Arthur David publient en 2010 aux éditions Artisans-Voyageurs

un « Guide pratique de cyclotourisme – Vacances à vélo ».

Ce livre est destiné à ceux qui veulent randonner à vélo en France ou dans les pays proches, et qui souhaitent préparer au mieux ces vacances. Il contient une foule de conseils techniques sur la mécanique vélo, les équipements du vélo et du camping, les hébergements, les vêtements ... et surtout des propositions d'itinéraires en France et en Europe.

A conseiller à tous ceux qui veulent se lancer dans la randonnée à vélo.

« Vacances à vélo. Le guide 2010/2011 ». Ed mai 2010. Editions Artisans-Voyageurs. 15 euros.

Voir : www.artisans-voyageurs.com

Un guide pour randonner de Bordeaux à Toulouse

Voir le Guide ici : <http://toulousevelo.free.fr/spip.php?article325>

Guide vendu sur le site : <http://www.cartovelo.fr>

Voir les fiches décrivant la Voie Verte du canal de Garonne sur le site de l'AF3V :

Gironde (17km): <http://www.af3v.org/-Fiche-VVV-.html?voie=240>

Lot-et-Garonne (87km) : <http://www.af3v.org/-Fiche-VVV-.html?voie=188>

Tarn-et-Garonne (69km) : <http://www.af3v.org/-Fiche-VVV-.html?voie=197>

Haute-Garonne (35km): <http://www.af3v.org/-Fiche-VVV-.html?voie=5>

Bretagne : Nouvelle carte « Les Voies Vertes de Bretagne » édition 2010.

Cette carte gratuite décrit tous les itinéraires ouverts dans les 4 départements de la région Bretagne, et en Loire-Atlantique (Voies Vertes et aussi Véloroutes). Elle indique les distances, la localisation des gares, les bus-TER, les hébergements, ... avec une liste d'hébergements référencés (sélection) et des loueurs de vélo. Elle est très utile pour visualiser les possibilités de circuits combinant plusieurs Voies Vertes. A noter qu'afin de fournir une information plus fiable à l'utilisateur, la carte 2010 est améliorée: seuls les tronçons aménagés figurent sur la carte, et non plus les tronçons en cours d'aménagement; la distinction entre les itinéraires en site propre réservés aux déplacements non motorisés et les itinéraires dits partagés sur route est affichée ; une information plus précise sur le revêtement des voies est apportée.

A demander à : Comité Régional du Tourisme de Bretagne. 1 rue R. Ponchon 35069 Rennes cedex.

Tel. : 02 99 36 15 15. Fax : 02 99 28 44 40. Mel : tourism-crtb@tourismebretagne.com. Internet :

<http://www.tourismebretagne.com>

La ferme de Berwausault

Email: bpauquay@hotmail.com

Nous venons d'ouvrir des chambres d'hôtes et nous sommes situé sur le ravel 4 à Herve

www.chambresherve.be

Les nouveautés sur l'éclairage des cyclistes

voici un chouette site pour tous les cyclistes qui voudraient voir et se faire voir

<http://www.bumm.de/index-e.html>

Guide des Véloroutes et Voies Vertes de France de l'AF3V - La 4ème édition août 2010 est parue !

Le voici enfin ! Le nouveau Guide des Véloroutes et Voies Vertes de France est disponible ! Idéal pour préparer ses randonnées, ses week-ends, ses vacances, il présente plus de 250 aménagements réalisés en France. Il actualise le précédent guide de 2006 qui recensait 150 aménagements. Les critères de sélection sont les mêmes : Voies Vertes : longueur supérieure à 12km. Véloroute : longueur supérieure à 80km (ou portion d'un tel itinéraire longue distance). Très pratique ! Une carte de France dans le rabat de couverture donne le numéro de chacune des véloroutes et voies vertes qu'il suffit alors de retrouver dans l'ordre de classement du guide.

Pour chaque itinéraire, vous trouverez le nom, la longueur, une brève description, évoquant les paysages traversés, le revêtement de la voie et les services associés, le tout apprécié avec le point de vue des utilisateurs. Le cas échéant, des itinéraires complémentaires sont indiqués. Trois rubriques pratiques s'y ajoutent : les accès en transport en commun, les documents gratuits ou payants de référence, les coordonnées utiles pour des informations complémentaires.

A signaler deux nouveautés : les voies vertes, autrefois présentées par département, sont maintenant aussi présentées par région avec le grand itinéraire qu'elles constituent. Deux nouvelles cartes sont proposées : carte des itinéraires européens qui passent en France, et carte des grands itinéraires nationaux.

Guide format A5, en couleurs. 144 pages.

Tarif : 8€ plus port (3,15€ pour la France)

Modalités de commande sur le site de l'AF3V, ici :

<http://www.af3v.org/Guide-des-VVV-de-France.html>

Vente sur le site internet [www.cartovelo](http://www.cartovelo.com)

Ici : http://www.cartovelo.fr/voies-vertes-et-veloroutes-de-france-2010-xml-34_21-1004.html

hostellerie du moulin de la roque --- France

Email: hotel@moulin-de-la-roque.com

je viens vers vous car nous sommes un hôtel situé à 15 km du Mont Ventoux.

Nous voulons vous proposer nos services, nous disposons de 28 chambres possibilité de prendre le petit déjeuner et le dîner dans notre restaurant aussi nous avons des forfaits.

carte interactive du RAVeL (bcp plus rapide qu'avant) les données plus à jour; je trouve que c'est maintenant utilisable. <http://ravel.wallonie.be/opencms/opencms/fr>

Carte des Voies Vertes et Véloroutes de Lorraine édition 2010

Grâce au soutien de la Direction Régionale de l'Environnement de Lorraine (DREAL), l'association Lorraine 3V, délégation régionale de l'AF3V, a réalisé en 2010, avec la société spécialisée ACTUAL, une nouvelle édition de la carte des Voies Vertes et Véloroutes de Lorraine. D'une excellente qualité graphique, à une échelle suffisante pour visualiser les tracés, elle présente toutes les Voies Vertes existantes en Lorraine et l'état d'avancement des grands itinéraires inscrits au schéma régional : sections réalisées, en travaux, programmées, étudiées, à l'étude ... Pour recevoir cette carte voir la page:

<http://lorraine.voie.verte.free.fr/spip.php?article104>

Vosges

Véloroute Voie Verte de la vallée de la Plaine : 28km ouverts

Cette Véloroute-Voie Verte est une piste « multi-activités » aménagée par la Communauté de Communes de la Vallée de la Plaine en 2008-2009. Elle est composée de 17 km de Voie Verte en site propre et de 11 km d'itinéraire jalonné sur des petites routes à très faible trafic. Elle permet de découvrir une magnifique vallée vosgienne, au cœur du massif forestier du Donon. L'itinéraire commence à Raon-l'Étape, et suit la rivière "La Plaine », jusqu'à Raon-lès-Leau, au pied du col du Donon. Voir la fiche du site

AF3V : http://www.af3v.org/spip.php?page=rubrique&id_rubrique=9&voie=315

Mai 2009



Le numéro spécial de Carnets d'Aventures "**Voyager à vélo**" vient de paraître. Un must. Une réédition réactualisée du hors-série sur le voyage à vélo déjà paru il y a quelques années et qui eut énormément de succès. Si vous ne connaissez pas "Carnets d'Aventures", nous vous le recommandons chaudement. Cette revue française, trimestrielle, est dédiée au "*voyage non-motorisé dans la nature, à pied, à vélo, en kayak, à cheval, en cordée, en parapente...*". Elle est indépendante et ne dépend donc pas des fabricants et constructeurs. Ils réalisent les tests de matériel eux-même, l'esprit des rédacteurs - également pratiquants de voyage non-motorisé - est franc et éthique (ils ont renoncé à des projets de voyage parce qu'une partie du périple incluait la prise de l'avion). Le site héberge aussi un forum de discussion fréquenté par des passionnés et où l'on peut trouver une foule d'informations sur la randonnée : itinéraires, matériel, conseils, etc. Site internet : <http://www.expemag.com/>

Sensibilisation

"Tu me connais, je roule à vélo"

Les personnes qui roulent à vélo, ou qui connaissent quelqu'un dans leur entourage proche qui se déplace à vélo, ont tendance à faire preuve de plus de prudence vis-à-vis des cyclistes lorsqu'elles sont au volant d'une voiture. Or dans l'esprit de nombreux automobilistes, les cyclistes semblent s'être mués en une entité unique et indistincte qui, parce qu'elle partage un même mode de déplacement, partagerait également des valeurs, des convictions et des comportements identiques. C'est pour combattre ce phénomène que l'association américaine [Bike Fort Collins](#) lance une grande campagne intitulée "[You Know Me, I Ride a Bike](#)" ("[Tu me connais, je roule à vélo](#)").

"100 questions sur les droits et devoirs du cycliste en Belgique"



Réalisé par des spécialistes du droit et du déplacement à vélo, ce guide se veut pratique en détaillant les devoirs à respecter par le cycliste. Sans oublier non plus ses nombreux droits face aux autres usagers. Le tout illustré par les dessins de Pierre Kroll.

(l'écho) - Face aux problèmes de circulation dans les grandes villes, le vélo peut être envisagé comme l'une des solutions, en combinaison éventuelle avec les transports en commun. Et de fait, il occupe une place croissante dans le trafic. Se pose alors la question des devoirs et droits du cycliste. Damien Vandermeersch, professeur de droit pénal, le journaliste Didier Castagne et Hervé Louveaux, juge d'instruction, détaillent dans ce guide les grandes règles de l'emploi du vélo. Pas toujours connues ou respectées.

Après une définition juridique du vélo et du cycliste, les auteurs présentent les 100 questions que peuvent se poser les usagers de ce 'dispositif à deux roues dépourvu de moteur et propulsé par l'énergie humaine."

Premier point à souligner, le cycliste doit suivre les règles du code de la route comme les autres. Donc de disposer des qualités physiques nécessaires à la conduite et de posséder les connaissances techniques de son vélo.

Comment combiner le vélo avec d'autres transports comme le train ou le métro? Comment protéger le vélo contre le vol? Quels Sont les aspects fiscaux de l'usage du vélo? Comment choisir un bon vélo, reconnaître les marquages au sol? Autant de questions abordées dans ce guide du cyclisme au quotidien aéré page après page par les dessins de Pierre Kroll.

Et gare à l'alcool. Pour le cycliste, la sanction sera la même que pour les automobilistes. Les pandores seront impitoyables.

Le vélo? Comme le déclare Pierre Kroll dans son hilarante préface, "comment être assez idiot pour ne pas en profiter?" Ce côté militant présent tout au long de l'ouvrage pourra sans doute irriter le conducteur fou de sa voiture. Certes, mais quand le baril de pétrole atteindra des sommets vertigineux, l'usage du vélo semblera peut-être une solution plus acceptable.

Philippe Degouy

100 questions sur les droits et devoirs du cycliste. Par Damien Vandermeersch, Didier Castagne et Hervé Louveaux. Editions Luc Pire. 160 pages. 18 euros environ

AGENDAS DES SORTIES.

Dimanche 7 novembre 2010 (Wavre) : Wavre / De la Dyle à l'Yscche.

Organisation GRACQ WAVRE.

Départ : Hôtel de Ville de Wavre à 10h00 pour 35 km.

Infos complémentaires : [Gracq Wavre](#)

Vous pouvez proposer des balades vous-même.
Envoyez vos suggestions avant le 15 décembre 2010 par mail
marcvangeneberg@hotmail.com

Le réseau points-nœuds en Brabant Wallon.

Vous trouverez cet outil sur l'adresse suivante :

<http://www.randovelo.org/wiki/index.php?>

Title = points-nœuds

Nous sommes encore en train de le peaufiner et dès que ce wiki sera au point, nous vous demanderons d'envoyer à tous vos contacts cette adresse avec quelques explications afin qu'un maximum de cyclistes soient avertis et que tout un chacun puisse nous aider à trouver les meilleurs itinéraires.

C'est ça notre grand projet 2010 pour le Brabant Wallon. Dans un an, Rando-Vélo décide de publier une carte des points-nœuds du Brabant Wallon.

Pour tous renseignements contactez Micheline Schillings :

mitchoufleur@gmail.com

PETITES ANNONCES.

19/06

Bonjour

j'ai une petite expérience de vélo et j'aimerais en faire un peu plus mais je ne connais pas de bon itinéraire.

rose_des_bois567@hotmail.com

10/05

Bonjour, je voudrais me remettre au vélo avec toute la famille, mais il y a longtemps que nous n'en avons plus fait, quelqu'un pourrait-il me renseigner un parcours relativement plat (j'ai une fillette de 8 ans avec moi) et si possible en boucle. On m'a parlé d'un ravel qui passe du côté de Lavaux Ste Anne ?

Merci a toutes les idées.

André

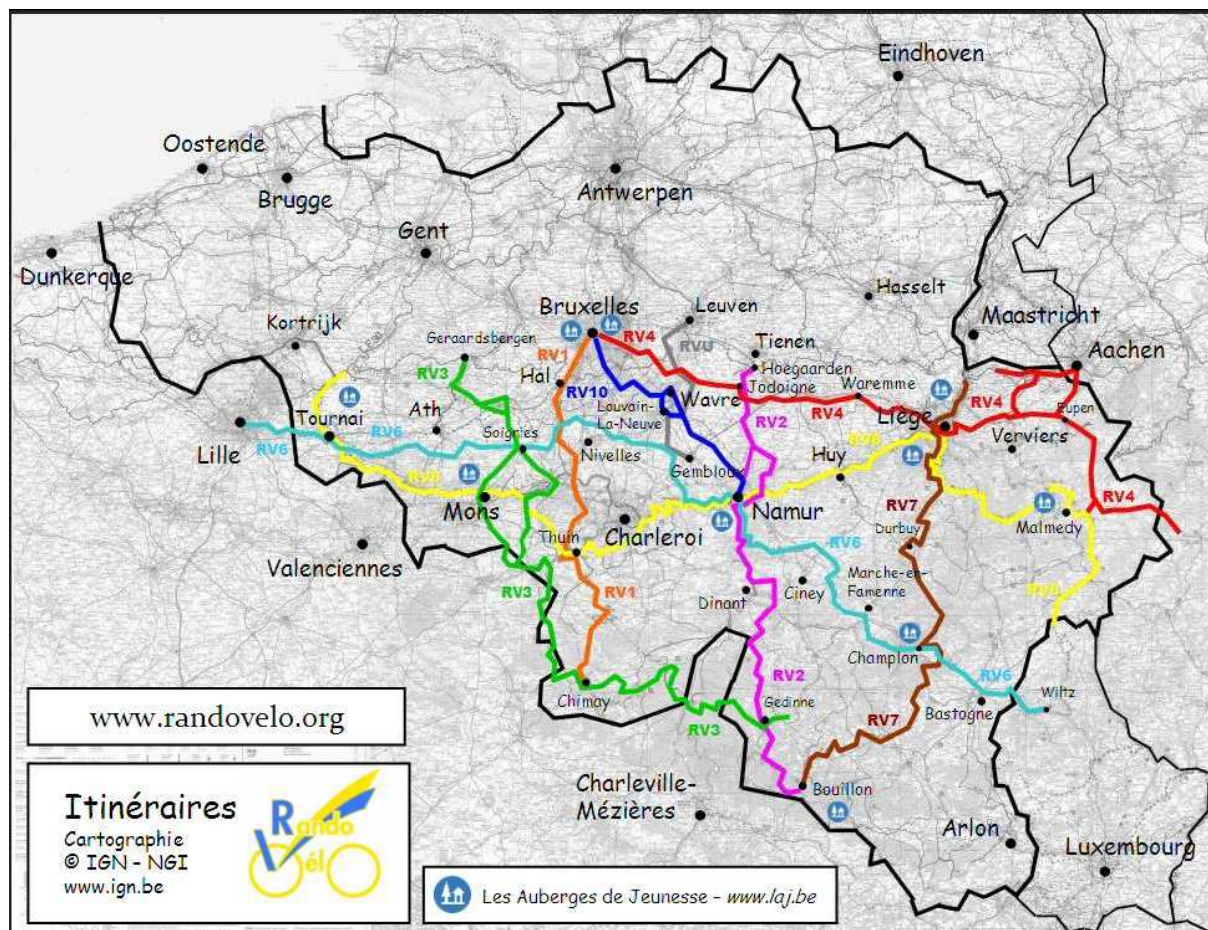
croco1973@gmail.com

Vous pouvez proposer des annonces vous-même.
Envoyez vos annonces avant le 15 décembre 2010 par mail à
marcvangeneberg@hotmail.com

COURRIER DES LECTEURS.

Ici se retrouvera le courrier des lecteurs :

Vous pouvez proposer du courrier vous-même.
Envoyez vos suggestions avant le 15 décembre 2010 par mail
marcvangeneberg@hotmail.com



ITINERAIRES RANDO-VELO : 2018 kms balisés

	RV 1 : <u>Au fil de l'eau</u> <i>Bruxelles – Chimay : 129 kms</i>
	RV 2 : <u>La Namuroise</u> <i>Hoegaarden – Bouillon : 196 kms</i>
	RV 3 : <u>La Hennuyère-Fagne-Famenne</u> <i>Overboelaere - Gedinne : 286 kms</i>
	RV 4 Ouest : <u>Mannekenpis – Tchanchès</u> <i>Bruxelles – Liège : 114 kms (balisage : 2010)</i>
	RV 4 Est : <u>Herve – Fagnes</u> <i>Liège vers l'Allemagne : 182 kms</i>
	RV 6 : <u>Picardie – Ardennes</u> <i>Tournai – Namur – Wiltz (GDL) : 330 kms</i>
	RV 7 : <u>L'Ardennaise</u> <i>Bouillon – Maastricht (Pays-Bas) : 211 kms</i>
	RV 8 Ouest : <u>La Transwallonne (1)</u> <i>Mont de l'Enclus – Namur : 205 kms</i>
	RV 8 Est : <u>La Transwallonne (2)</u> <i>Namur – Troisvierges (GDL) : 222 kms</i>
	RV 10 : <u>Les Capitales</u> <i>Bruxelles Namur : 82 kms</i>
	RV U : <u>L'Universitaire</u> <i>Leuven-LLN-Gembloux : 61 kms</i>

Dans votre prochain RV-INFOS **du mois de Décembre 2010.**

Dossier du mois : les vélos électriques.

Ainsi que bien d'autres articles choisis parmi les suivants :

A VOTRE SANTE (LE POINT DE VUE MEDICAL).

Ici se retrouveront des articles comme :

Le poids de forme
La cadence de pédalage
Les douleurs à vélo (réglages de la bicyclette)
Le cycliste et ses yeux
Le cyclisme et les enfants
25 raisons de faire du cyclisme
Le cyclisme dans le froid
Le cyclisme dans le chaud
Haro sur la graisse corporelle
...

LA SECURITE.

Ici se retrouveront des articles comme :

La piste cyclable
Le casque du cycliste
Rendez-vous visible
Rouler la nuit
...

LES ECRITS POETIQUES.

Ici se retrouveront des articles poétiques comme :

I have a dream
L'éloge de la main
...

LA TECHNIQUE.

Ici se retrouveront des articles comme :

Les portes-vélos
Les vélos électriques
Le colson
Sacoches ou remorque
VTT ou VTC
Tandem ou vélo-couché
La selle
Les roues
Le cadre
Le guidon droit ou non
Les chaussures
L'entretien du vélo
...

LES CIRCUITS ET RANDONNEES.

Ici se trouvera la description de circuits touristiques.

CONCOURS ET PHOTOS INSOLITES.

Un jeu de questions-réponses s'installera ici.

Pour ce numéro, le concours se trouve en page 7

Vous pouvez proposer des articles vous-même.
Envoyez vos propos avant le 15 décembre 2010 par mail à
marcvangeneberg@hotmail.com